
Josep Cornellà i Canals
Profesor de Escola EUSES – Garbí. Universitat
de Girona.

*Adolescencia:
cuerpo, corporeidad y
personalidad.
Reflexiones para una
prevención*

7

INTRODUCCIÓN

Una de las características del funcionamiento de la sociedad actual es la sensación de prisa permanente y, en consecuencia, la falta de un tiempo para la reflexión. Este artículo propone reflexionar sobre el binomio adolescente – sociedad, ya que de su buen funcionamiento pueden depender aspectos preventivos muy importantes en la salud mental del joven.

Hablo del adolescente como de una persona en proceso de crecimiento y maduración, que es único, personal e intransferible, y que emite unas señales específicas (a modo de radar) que pueden, o no, ser captadas por la sociedad que le rodea. Y, ¿cuál es la respuesta que da esta sociedad ante estas señales?

Contraviniendo la epidemia globalizadora, debemos considerar al adolescente, a cada adolescente, de forma individual e integrante de una sociedad pluricultural. Por ello, cada adolescente, desde su irrepetible personalidad, emitirá un código concreto y diferenciado de señales diferentes, en función de unas características personales de su propia historia y de su propio entorno. Con sus señales nos pide una actuación comprometida desde la educación para la prevención.

1.- ¿Cuál es el lugar del adolescente en nuestra sociedad?

La respuesta a esta pregunta sirve para situar el adolescente dentro de unas coordenadas antropológicas específicas, y como objeto de ser educado. No se podrán diseñar programas educativos y preventivos que funcionen adecuadamente si no se conocen bien estas coordenadas.

¿Es el adolescente un bien de consumo?

A pesar de la crisis económica, la imagen del adolescente vende; no ha dejado de ser apetecible para la promoción del consumo. El mercado global, cuando se pierden los escrúpulos, utiliza sin pudor los sanos ideales de la adolescencia, unidos a una imagen de potencia y vigor que se desprende de su manera de actuar. La educación del sentido crítico se hace imprescindible.

¿Es el adolescente el paradigma de una “vida feliz”?

Hay una insistencia social en que es la mejor etapa de la vida, donde prima el disfrute sobre la formación. La percepción de que hoy domina una generación de jóvenes con tendencias epicúreas queda desmontada en la obra de Javier Elzo (1), que comienza por cuestionar qué es lo que entendemos nosotros y qué es lo que entienden los adolescentes por felicidad.

¿Es el adolescente un objetivo del consumo?

Ciertamente. Muchas casas comerciales se han marcado como objetivo el joven como futuro consumidor. Lo más alarmante es que la edad de los jóvenes a quienes va dirigida la publicidad ha ido disminuyendo. En algunos estados de Norteamérica, los niños de seis años identifican antes la silueta del “Camel” anunciador de una marca de tabaco que la de Mickey Mouse...

2.- El adolescente y su cuerpo.

Sin que sea tan novedoso, nuestra cultura da una gran importancia al cuerpo. De hecho, cada siglo, cada era histórica, ha encontrado en el cuerpo una expresión de belleza y valores. Encontramos un paradigma en el culto al cuerpo del atleta en la antigua Grecia. Pero la entrada en juego de los medios de comunicación ha permitido una distribución casi universal de lo que llamamos “modas”.

David Le Breton (2), antropólogo y sociólogo, defiende que las concepciones del cuerpo son tributarias de las concepciones de la persona. Nuestra sociedad occidental distingue el cuerpo de la persona. Y este dualismo puede ayudar a entender fenómenos como la anorexia, donde la figura del cuerpo está por encima de la persona. La joven anoréxica habla de su cuerpo como una posesión de la persona. Y, por tanto, el cuerpo es objeto de las modificaciones estéticas que se consideren oportunas.

A partir de que el adolescente siente que el cuerpo le pertenece, entra en una estructura social de tipo individualista, egocéntrica. Cuando la anoréxica dice “no me gusta” se refiere a la figura de su cuerpo que ella ve reflejada en el espejo. ¡La persona no cuenta! En las sociedades más tradicionales, cuerpo y persona son una misma cosa. Expone Le Breton que el cuerpo es una construcción simbólica de nuestra sociedad, y que no es una realidad por sí misma. El cuerpo se ha convertido en el efecto de una construcción social y cultural. Van a ser la “cultura” (o, tal vez, “pseudocultura”) y las “normas sociales” (tal vez, pienso, “pseudonormas”) quienes definen el cuerpo e impongan el modelo que, de acuerdo con la norma social, pueda ser considerado adecuado. ¿Cuál es el papel que juegan los concursos de belleza y las elecciones de las “miss” de turno? De hecho, se trata de fenómenos mediáticos que crean una división social, ante la que, curiosamente, no existe un rechazo social demasiado importante. La sociedad actual tiende a exaltar lo que considera “el cuerpo estéticamente correcto”. Si bien se trata de un fenómeno que, inicialmente, afectaba

más a las chicas, los chicos no se escapan. Los casos de vigorexia empiezan a aumentar y el culto al cuerpo masculino va tomando fuerza.

Los medios de comunicación han colaborado en esta situación. Para Alcoberro (3), la anoréxica ve el mundo desde un anuncio televisivo, idealizado, perfecto, y siente la angustia de no estar a la altura que exige este hipotético mundo ideal. Tanta ha sido la fuerza de estos medios de comunicación que, según una reciente publicación (4), aumenta el riesgo de suicidio (entre un 33 y un 45 %) entre los y las adolescentes que consideran que tienen sobrepeso comparativamente con los que consideran tener un normopeso. Estos estudios ponen de evidencia que existe una presión social para tener un “cuerpo ideal”, y los adolescentes pueden sentirse muy presionados para ajustarse a unos ideales cada vez más limitados de belleza. Por otra parte, esta consideración del modelo de “cuerpo estéticamente correcto” ha llevado, aparte de los ya citados trastornos de conducta alimentaria, al incremento de intervenciones de cirugía estética, con “modelado” del cuerpo e implantes. La “normalización” de esta cirugía ha llegado al extremo de ser ofrecida como regalo de cumpleaños. Se olvida que toda cirugía tiene un riesgo.

3.- La prevención pasa por la educación.

Existe una preocupación por la prevención de los trastornos de conducta alimentaria. Hace pocos años se ha publicado un manual (5) en que se apoya la necesaria educación y formación para combatir estos trastornos. La novedad de este manual educativo es que ya no se basa en los modelos tradicionales sobre la nutrición, sino que fomenta el descubrimiento y la capacidad de crítica hacia los modelos estéticos que acompañan a los mensajes que llegan sobre alimentación. Se recurre a una formación crítica sobre los modelos corporales. Uno de los objetivos planteados supone demostrar cómo los cuerpos de los anuncios publicitarios están trucados y, por tanto, la belleza que se quiere vender es mentira: nada que sea falso puede ser hermoso. El adolescente debe descubrir su vulnerabilidad personal ante imágenes y mensajes transmitidos por los medios: creencias, valores, actitudes y conductas con respecto a la belleza, la silueta corporal y las dietas.

Este manual también hace referencia a la manipulación que se hace de la imagen de la mujer como objeto publicitario. La reflexión se apoya en la sensibilidad contra

actitudes machistas de nuestra sociedad.

Otro punto fundamental es la educación en los valores, especialmente educar para la autoestima: una educación que no empieza en la adolescencia. De hecho, la presión publicitaria que incita a tener un “cuerpo perfecto” se dirige ya hacia niños y niñas de sólo 10 años de edad. Ya que la vulnerabilidad personal hacia los medios depende de su satisfacción corporal, existe una fuerte relación entre la baja satisfacción corporal y el incremento de la predisposición a sufrir enfermedades relacionadas con el peso (6). Las chicas están preocupadas por el exceso de peso, mientras que los chicos lo están por el defecto, ya que se vende la imagen de los chicos musculosos y fuertes como modelo de belleza. Se hace imprescindible diseñar programas educativos que fomenten la satisfacción personal.

4.- Educar desde la corporeidad

Es un reto. La corporeidad es lo que tiene la calidad de corpóreo, que tiene cuerpo o consistencia. Desde el reduccionismo, nos podemos quedar con la materialidad del cuerpo, limitando el ser humano a lo que puede ser un animal o un objeto. La persona (y aquí radica la diferencia que nos hace humanos) manifiesta sus emociones, sentimientos y pensamientos a través del cuerpo; las emociones, los sentimientos y los pensamientos forman parte de este cuerpo. Para evitar este reduccionismo, hay que trascender el sistema orgánico. La corporeidad es la vivenciación del hacer, sentir, pensar y querer (X. Zubiri). El ser humano vive sólo a través de su corporeidad. Comprender la diferencia entre cuerpo y corporeidad es fundamental para evitar el dualismo a la hora de la educación.

Clásicamente se ha asociado la educación de la corporeidad con la educación física. Pero la educación física solamente tendrá una dimensión educativa si tiene una base cultural humana, más allá de los elementos instintivos y competitivos. Y habría que añadir un componente ético, en vista de los ejemplos que, a diario, muestran los medios sobre conductas de algunos deportistas de élite.

Sin obviar que se trata de un objetivo utópico, sería muy enriquecedor hacer una evolución para pasar de la educación meramente física (a menudo confundida con elementos de competición) hasta la educación de la motricidad humana, término que implica un conocimiento del propio cuerpo y de sus movimientos, necesario y previo a la aceptación del propio cuerpo y de la propia persona

(¡olvidemos el dualismo a que estamos acostumbrados!). De esta manera, la educación física o de la motricidad se abriría a cuerpos con posibilidades varias, abiertos, dimensionados, ágiles, siempre cuestionados, siempre en proceso, bien dispuestos, elásticos, agudos, perspicaces y atrevidos, arriesgados, y dispuestos a seguir adelante, nunca en detrimento de otros. Pero la corporeidad humana no se puede restringir el ámbito de la educación física. Hay que incorporar también la educación de la sexualidad, de la afectividad, y de la complementariedad en los roles de género. La persona humana hace también uso del cuerpo para expresar su sexualidad, una faceta de la riqueza de la personalidad. Posiblemente nunca habíamos tenido una adolescencia tan bien informada sobre la sexualidad. Pero la información no equivale a formación ni, mucho menos, da seguridad en la prevención (7). Tampoco se ha dado toda la información necesaria y, especialmente, no se han ofrecido los puntos específicos donde los adolescentes puedan ir a consultar sus dudas (que son muchas más de las que se pueden imaginar).

Por lo tanto, la educación (que no es información) de la sexualidad es también parte de la educación de la corporeidad. Y de nuevo el concepto es integrador: aspectos biológicos, emocionales, psicológicos, éticos y racionales. El objetivo, de nuevo, es que el adolescente no se quede con el egocentrismo del “yo” (el cuerpo), sino que avance hacia el otro (corporeidad con respecto a una dimensión más amplia). Y esto incluye los valores. Hay que ir desde la “genitalidad” (centrada en el propio cuerpo) hasta el rol de género y sus consecuencias: persona sexuada, con responsabilidad.

5.- De la corporeidad hacia la personalidad

Por tanto, la corporeidad queda definida como manifestación de la constitución física del individuo (cuerpo), moldeada y acoplada en un determinado contexto. En el cuerpo se añaden la mente y el entorno. Pero integrando un solo “yo”. El cuerpo, que no es ajeno a la mente, y que se encuentra inmerso en una sociedad, constituye la persona humana. El adolescente, a partir de la interrelación dinámica del ser, pensar y sentir con el propio cuerpo, irá construyendo una forma específica de hacer suyo el mundo, interactuando con él. La personalidad es la que nos diferencia a unos de otros, y nos hace seres únicos e irrepetibles, a pesar de compartir unos elementos biológicos, psicológicos y del entorno muy semejantes.

Mientras que la corporeidad se refiere a unas mani-

festaciones físicas, mentales y sociales (en términos genéricos), la personalidad supone un moverse, pensar y sentir en una forma y un contexto específicos, donde lo que interesa es la particularidad de esta manifestación, de qué proviene, y porqué la manifiesta así. La personalidad sería la corporeidad particular de cada persona.

Para cerrar el círculo, podríamos decir que en el cuerpo se genera la corporeidad, y que ésta se manifiesta a través de la motricidad, conformando así un carácter en base a un temperamento, surgiendo la personalidad única e irreplicable de cada individuo.

Apéndice. Tatuajes y piercings: ¿buscando una identidad?

Uno de los actos importantes para el adolescente es la ruptura (más simbólica que real) con la familia y su entrada en el grupo de iguales.

“¡Muestra tu personalidad con un tatuaje!”, reza un reclamo publicitario. Aunque hay quien ha relacionado los tatuajes con los trastornos de personalidad antisocial y con antecedentes de consumo de tóxicos, abusos sexuales o intentos de suicidio (8), no parece existir demasiado fundamento para aplicar esta norma a los adolescentes, donde lo más importante es la necesidad de demostrar, con signos externos, este “paso” a la mayoría de edad. De alguna manera, es la occidentalización de las prácticas que en las tribus más primitivas de la selva africana “invisten” a un niño con la autoridad del adulto, mediante un rito de iniciación.

En el caso de los piercings y tatuajes hay que informar sobre los riesgos que puede suponer el hacerlo en determinadas zonas del cuerpo y en determinadas condiciones de escasa higiene. Pero lo que queda claro es que, en nuestra sociedad, tatuajes y piercings son una manifestación del “paso” hacia la edad adulta y de demostración pragmática de la pertenencia del propio cuerpo. Que las escuelas y los maestros pongan las normas necesarias para acceder a las clases con piercings o tatuajes en lugares visibles forma parte de la acción educadora de la escuela y de la necesidad de establecer unos límites concretos en ámbitos sociales (que también es educación).

CONCLUSIÓN

El adolescente actual vive su proceso en un ámbito ambivalente. Por una parte tiene fuentes casi inagotables de información. Pero, por otra parte, se siente solo a la hora de comunicar y confiar sus sentimientos.

La presión de los medios de comunicación social produce una gran influencia, poco controlada por los educadores, especialmente en lo referente al “culto al cuerpo”. Pasar del concepto de cuerpo al de corporeidad y, finalmente, al de personalidad, integrando la sexualidad en los aspectos más íntimos de esta personalidad, es todo un reto para el profesional de la salud mental que, en su tarea diaria, no puede olvidar las bases antropológicas que integran nuestra cultura.

BIBLIOGRAFÍA

1. Elzo, Javier. Los jóvenes y la felicidad. PPC. Madrid: PPC Editorial; 2006.
2. Le Breton, David. Antropología del cuerpo y modernidad. Buenos Aires (Argentina): Ediciones Nueva Visión; 2002.
3. Alcoberro, R. Expulsados del paraíso. Barcelona: Editorial Thalassia, SA; 1996.
4. Swahn M, Reynolds M, Tice M, Miranda-Pierangeli M, Jones C, Jones I. Perceived Overweight, BMI, and Risk for Suicide Attempts: Findings from the 2007 Youth Risk Behavior Survey. *Journal of Adolescent Health* 2009; 45: 292-295.
5. Raich Escursell RM, Sánchez Carracedo D, López Guimerà G. “Alimentación, modelo estético femenino y medios de comunicación”. Barcelona: Editorial GRAO; 2008.
6. Austin SB, Haines J, Veugelers PJ. *BMC Public Health* 2009; 9: 313-316.
7. Royo Isach, Jordi. Los rebeldes del bienestar. Claves para la comunicación con los nuevos adolescentes. Barcelona: Alba Editorial; 2008.
8. Cardasis W, Huth-Bocks A, Silk KR. Tattoos and antisocial personality disorder. *Personality and Mental Health* 2008; 2: 171-182.